Cuvânt despre rugăciunea cu gura şi cu glasul

Nimeni din cei ce vor să sporească în rugăciune să nu cuteze a cugeta şi a judeca în chip uşuratic cu privire la rugăciunea cea rostită cu gura şi cu glasul întru luarea-aminte a minţii, socotind-o lucrare de puţină însemnătate, care nu merită cinstire. Dacă Sfinţii Părinţi vorbesc de sterpiciunea rugăciunii cu gura şi cu glasul care nu e împreunată cu luarea-aminte, de aici nu trebuie trasă încheierea că ei ar fi lepădat sau ar fi defăimat această rugăciune în sine. Nu! Ei doar cer luare-aminte în timpul acestei rugăciuni. Rugăciunea cu gura şi cu glasul săvârşită întru luare-aminte e temeiul şi pricina rugăciunii minţii. Rugăciunea cu gura şi cu glasul săvârşită întru luare-aminte e, totodată, şi rugăciune a minţii. Să ne deprindem mai întâi a ne ruga întru luare-aminte cu rugăciunea gurii şi glasului: atunci vom deprinde cu înlesnire a ne ruga doar cu mintea întru liniştea cămării lăuntrice.

Rugăciunea cu gura şi cu glasul ne este arătată de Sfânta Scriptură; pildă atât a ei cât şi a cântării cu glas tare ne-a dat însuşi Mântuitorul, ne-au dat şi Sfinţii Apostoli, urmând predaniei Domnului. *Şi cântând*, după terminarea Cinei celei de Taină, ne povesteşte Sfântul Evanghelist Matei despre Domnul şi Apostolii Lui, *au ieşit în muntele Măslinilor* (Mt. XXVI, 30). Domnul S-a rugat în auzul tuturor înainte de a-l învia pe Lazăr cel mort de a patra zi (În XI, 41 – 42).

Sfântul Apostol Pavel şi tovarăşul său Sila, închişi fiind în temniţă, se rugau lui Dumnezeu şi-l înălţau cântare în miez de noapte: ceilalţi întemniţaţi luau aminte la ei. Fără de veste, la auzul cântării lor, *s-a făcut cutremur mare, de s-au clătit temeliile temniţei*: *şi numaidecât s-au deschis toate uşile, şi legăturile tuturor s-au dezlegat* (Fapte XVI, 26). Rugăciunea Sfintei Ana, maica prorocului Samuil, adeseori dată de Sfinţii Părinţi ca pildă a rugăciunii, nu era doar rugăciune a minţii. *Ea*, spune Scriptura, *grăia întru inima sa*: *doar buzele ei se mişcau, iar glasul nu se auzea* (1 împ. 1, 13). Rugăciunea aceasta, cu toate că nu era făcută cu glas tare, era rugăciune a inimii şi totodată a gurii. Sfântul Apostolul Pavel a numit rugăciunea cu gura *roadă buzelor* – îndeamnă pe creştini să aducă *jertfă de laudă pururea lui Dumnezeu, adică roadă buzelor ce se mărturisesc numelui Lui* (Evr. XIII, 15); le porunceşte să vorbească între ei *în psalmi şi laude şi cântări duhovniceşti, lăudând şi cântând în inimile* lor *Domnului* (El. V, 19), rugăciunea şi cântarea avându-le totodată şi în gură. El dojeneşte neluarea-aminte în rugăciunea cu gura şi cu glasul. *Trâmbiţa de va da glas fără de semn*

(necunoscut, neînţeles), spune el, *cine se va găti la război? Aşa şi voi: prin limbă de nu veţi da cuvânt cu bună înţelegere, cum se va cunoaşte ceea ce veţi grăi?* (1 Cor. XIV, 8, 9). Deşi Apostolul a zis cuvintele acestea pentru cei ce se roagă şi vestesc insuflările Sfântului Duh în limbi străine, Sfinţii Părinţi pe bună dreptate le aplică şi celor ce se roagă fără luare-aminte. Cel ce se roagă fără luare-aminte, şi ca atare nu înţelege cuvintele pe care le rosteşte, ce este altceva faţă de sine însuşi decât un vorbitor de limbă străină?

Întemeindu-se pe acest fapt, Preacuviosul Nil Sorski spune că cel care se roagă fără luare-aminte cu glasul şi cu gura se roagă văzduhului, iar nu lui Dumnezeu[140]. „Ciudată e dorinţa ta ca Dumnezeu să te audă atunci când tu singur nu te auzi!" – grăieşte Sfântul Dimitrie al Rostovului, împrumutând aceste spuse de la Sfinţitul Mucenic Ciprian al Cartaginei[141] – şi tocmai asta se întâmplă cu cei care se roagă fără luare-aminte cu gura şi cu glasul: ei nu se aud pe sine până-ntr-atât, îşi îngăduie a se împrăştia până-ntr-atât, se depărtează cu gândurile de la rugăciune spre felurite lucruri până-ntr-atât că nu arareori li se întâmplă să se oprească dintr-odată, nemaiştiind ce citeau; sau încep să spună în locul cuvintelor din rugăciunea citită cuvinte dintr-o altă rugăciune, chiar dacă au cartea deschisă în faţa ochilor. Cum să nu prihănească Sfinţii Părinţi astfel de rugăciune fără luare-aminte, vătămată, nimicită de răspândire! „Luarea-aminte", grăieşte sfântul Simeon Noul Teolog, „trebuie să fie aşa legată şi nedespărţită de rugăciune cum sunt legate trupul şi sufletul, care nu pot fi despărţite, nu pot fi unul fără celălalt. Luarea-aminte trebuie să apuce înaintea vrăjmaşilor şi să-i pândească precum un străjer; ea, cea dintâi, să lupte împotriva păcatului, să se împotrivească gândurilor viclene ce se apropie de inimă; iar luării-aminte să îi urmeze rugăciunea, ce nimiceşte şi omoară neîntârziat toate gândurile viclene cu care luarea-aminte a început lupta, fiindcă aceasta singură nu le poate omorî. De această luptă dusă de luare-aminte şi rugăciune atârnă viaţa şi moartea sufletului. Dacă vom păstra rugăciunea curată prin mijlocirea luării-aminte, vom izbuti; iar de nu ne vom strădui a o păstra curată, ci o vom lăsa nepăzită, ne vom face de nicio treabă, vom fi lipsiţi de sporire".

Rugăciunii cu gura, cu glasul, ca şi oricărei alteia, trebuie să-i fie tovarăşă luarea-aminte. Cu aceasta trebuie să înceapă nevoitorul. Pe aceasta o predaniseşte în primul rând Sfânta Biserică fiilor ei.

„Rădăcina vieţuirii călugăreşti este cântarea psalmilor”, a grăit SfântulIsaac Sirul 142. „Biserica”, spune Sfântul Petru Damaschinul, „cu scop bun şi plăcut lui Dumnezeu a primit cântările şi feluritele tropare din pricina neputinţei minţii noastre, pentru ca noi, neînţelegătorii, atraşi de dulceaţa cântării psalmilor, să lăudăm pe Dumnezeu chiar împotriva voii noastre. Cei care pot pricepe şi pătrunde cuvintele rostite de către ei vin la străpungere şi în acest chip, ca pe o scară, urcăm în gândurile cele bune. După măsura sporirii noastre în deprinderea gândurilor dumnezeieşti apare în noi dorirea cea dumnezeiască şi ne trage să ajungem la înţelegerea închinării Tatălui în Duh şi Adevăr, după porunca Domnului” 143. Gura şi limba care se îndeletnicesc adesea cu rugăciunea şi citirea Cuvântului lui Dumnezeu dobândesc sfinţire, se fac neînstare a grăi în deşert, a râde, a rosti vorbe glumeţe, ruşinoase şi putrede. Vrei să sporeşti în rugăciunea minţii şi inimii? învaţă-te să fii cu luare-aminte în cea cu gura şi cu glasul: rugăciunea cu gura întru luare-aminte trece de la sine în rugăciunea minţii şi inimii. Vrei să te înveţi a alunga degrabă şi cu putere gândurile semănate de vrăjmaşul cel de obşte al omenirii? Goneşte-le atunci când eşti singur în chilie prin rugăciunea cu glasul întru luare-aminte, rostind cuvintele ei fără grabă, cu străpungere. Răsună în văzduh rugăciunea întru luare-aminte, cu gura şi cu glasul – şi îi prinde cutremurul pe stăpânitorii văzduhului, slăbănogesc puterile lor, putrezesc şi se strică cursele lor! răsună în văzduh rugăciunea întru luare-aminte, cu gura şi cu glasul – şi se apropie sfinţii îngeri de cei care se roagă şi cântă, se alătură lor, iau parte la cântările lor duhovniceşti, precum s-au învrednicit a vedea oarecare bine plăcuţi ai lui Dumnezeu, şi printre alţii contemporanul nostru, fericitul stareţ Serafim de Sarov. Mulţi Părinţi mari s-au îndeletnicit toată viaţa lor cu rugăciunea săvârşită cu glasul şi cu gura, şi aveau din belşug darurile Duhului. Pricina acestei sporiri a lor era faptul că la ei cu glasul şi cu gura erau unite mintea, inima, întregul suflet şi întregul trup; ei rosteau rugăciunea din tot sufletul, din toată vârfuţea lor, din toată fiinţa lor, din tot omul. Astfel, Preacuviosul Simeon cel din Muntele Minunat citea de-a lungul nopţii toată Psaltirea144. Sfântul Isaac Sirul pomeneşte de oarecare fericit bătrân care se îndeletnicea cu citirea psalmilor şi căruia i se îngăduia a simţi că citeşte numai de-a lungul unei singure „slave”, după care dumnezeiască mângâiere a pus stăpânire pe el cu asemenea putere încât rămânea cu zilele în stare de

extaz sfânt, nesimţind nici scurgerea timpului, nici pe sine însuşi 145. Preacuviosul Serghie de Radonej în vremea citirii Acatistului a fost cercetat de către Maica Domnului însoţită de Apostolii Petru şi Ioan146. Se povesteşte de Preacuviosul flarion de Suzdal că atunci când citea în Biserică Acatistul cuvintele zburau din gura lui ca şi cum ar fi fost de foc, cu o netâlcuită putere şi lucrare asupra celor de faţă147. Rugăciunea săvârşită cu gura a sfinţilor era însufleţită de luare-aminte şi de Harul Dumnezeiesc, care unea puterile omului cele despărţite de păcat: de aceea respira asemenea putere suprafirească şi avea o asemenea înrâurire asupra ascultătorilor. Sfinţii „cântau" lui Dumnezeu „întru mărturisirea inimii" 148; ei „cântau" şi „se mărturiseau" lui Dumnezeu „întru linişte" 149, adică fără împrăştiere: ei cântau lui Dumnezeu *cu înţelegere* (Ps. XLVI, 7)

Trebuie să băgăm de seamă că preacuvioşii monahi ai primelor timpuri şi toţi cei care au dorit a spori în rugăciune nu se îndeletniceau nicidecum (ori o făceau foarte puţin) cu cântarea propriu-zisă, ci prin numele „cântare de psalmi" care se află pomenit în Vieţile şi scrierile lor trebuie să înţelegem citirea lipsită de grabă, foarte rară a psalmilor şi altor rugăciuni. Citirea rară este neapărat trebuincioasă pentru păstrarea unei luări-aminte neştirbite şi pentru a scăpa de împrăştiere. Din pricina ritmului său rar şi a asemănării cu cântarea acest fel de citire se numea „cântare de psalmi". Ea era săvârşită pe dinafară; monahii acelor vremuri aveau ca pravilă să înveţe Psaltirea pe dinafară: rostirea psalmilor pe dinafară ajută foarte mult luării-aminte. Acest fel de citire – care deja nu mai este citire, fiindcă se săvârşeşte nu după carte, ci prin „cântare de psalmi1" în înţelesul propriu al cuvântului – poate fi săvârşită în întunericul chiliei, cu ochii închişi (ceea ce păzeşte de împrăştiere, în vreme ce lumina care este neapărat trebuincioasă pentru citirea după carte şi însăşi privitul la carte împrăştie şi smulg mintea de la inimă către cele dinafară). „Aceştia cântă", grăieşte Sfântul Simeon Noul Teolog, „adică se roagă cu gura" 150. „Cei ce deloc nu cântă", spune Sfântul Grigorie Sinaitul, „de asemenea bine fac, dacă sunt în sporire: fiindcă aceştia nu au trebuinţă de rostirea psalmilor, ci de tăcere şi necurmată rugăciune" 151. „Citire" în înţelesul propriu Părinţii numesc citirea Sfintei Scripturi şi a scrierilor Sfinţilor Părinţi, iar „rugăciune" ei numesc prin excelenţă rugăciunea lui Iisus – de asemenea, rugăciunea vameşului şi alte rugăciuni foarte scurte, care înlocuiesc din plin cântarea de psalmi:

ceea ce pentru începători e de neînţeles şi nu li se poate tâlcui în chip mulţumitor, fiind mai presus de înţelegerea sufletească şi cu putinţă de tâlcuit doar prin cercarea cea fericită.

Fraţilor! Să fim cu luare-aminte în rugăciunile noastre cele cu gura și cu glasul, pe care le rostim la slujbele bisericeşti și în singurătatea chiliei. Să nu facem ostenelile noastre şi viaţa noastră în mănăstire neroditoare prin neluarea-aminte şi nepăsarea în lucrul lui Dumnezeu. Pierzătoare e nepăsarea în rugăciune! *Blestemat*, spune Sfânta Scriptură, *cel ce face lucrul Domnului cu nebăgare de seamă* (Ier. 48, 10). E limpede lucrarea blestemului acestuia: desăvârşita nerodire şi neizbândă, în ciuda petrecerii îndelungate în monahism. Să punem la temelia nevoinţei rugăciunii, care-i cea mai de căpetenie şi mai trebuincioasă între nevoinţele călugăreşti, pentru care sunt toate celelalte nevoinţe, să punem la temelia ei rugăciunea cu gura şi cu glasul, pentru care Milostivul Dumnezeu dăruieşte la vremea potrivită nevoitorului statornic, răbdător, smerit rugăciunea minţii, a inimii, harică. Amin.